

(19) The Korean Intellectual Property Office (KR)  
(12) Unexamined Korean Patent Application KOKAI Publication (A) (11) Patent Publication 2003-0025725

(51) Int.Cl.7  
A63B 21/02

(43) Published on March 29, 2003

(21) Korean Patent Application No. 10-2001-0058907

(22) Filing Date September 22, 2001

(71) Applicant KIM Su Won

(72) Inventor KIM Su Won

(54) Title of the Invention: EXERCISE BELT

### Abstract

The present invention relates to an exercise belt, and more particularly, to an exercise belt for various uses in muscle development and relieving fatigue by stretching as well as having the benefits of physical correction and training by compression.

The present invention is directed to provide an exercise belt used for protecting spine and, at the same time, for compressing a region of a user's body and performing stretching exercises. Being worn, the exercise belt is to be portable and can be used any place. The exercise belt allows persons who have not practiced Zen meditation or martial art training to easily learn Dantian breathing. The exercise belt can provide compressions to the region of the user's body and can be extended by human power. The exercise belt has a simple structure and is unbreakable so as to ensure semipermanent use thereof.

For the above purposes, the exercise belt comprises:

a wide supporting member (100) adapted to be worn around a user's waist;

a non-extendible band (120) sewn on an outside surface of the supporting member (100) from one side to the other in the widthwise direction of the supporting member in such a manner that each end of the non-extendible band is sewn to form a binding section (122) having a ring-like shape;

first and second binding members (130, 132) each having a rectangular ring-like shape, each binding member is adapted to be held in the corresponding binding section; two open clips (134) each being held in the corresponding binding section, one end of the each open clip is open, and each of the open clip is attached to the corresponding end of the non-extendible band (12); two elastic bands (200), an end of the each elastic band forms a looped holding section (202) in such a manner that the elastic band passes through the first binding member (130), a belt clip (210), the second binding section (132), and a length adjusting section (220) in that order and the end of the elastic band is sewn on the length adjusting section; a Velcro fastening (214) connected to an outside surface of the belt clip (210), the belt clip consists of a pair of male and female sections facing and being connected to each other; and a protection band (300) connected to the Velcro fastening (214) of the belt clip (210) so as to reduce abdominal compression.

專2003-0025725

(19) 대한민국특허청(KR)  
(12) 공개특허공보(A)

(51) Int. Cl.  
A63B 21/02

(11) 공개번호 특2003-0025725  
(43) 공개일자 2003년 03월 29일

(21) 출원번호	10-2001-0058907
(22) 출원일자	2001년09월22일
(71) 출원인	김수원
(72) 발명자	경기 의정부시 응현동 131 3/3 김수원 경기 의정부시 응현동 131 3/3

설사형구 : 없음

(54) 운동용 벨트

立學

四

五

4210

스트레칭, 허리, 팔다리, 단식, 암판, 뼈, 단전,

27

도문의 관찰과 섬광

10. 표 5의 구성을 도시한 외형 사시도

제 25 장 관리 철학과 전략

D-4까지 D-5는 기본적인 운동을 벨트를 구성하는 순서도.

그들은 모두 비단의 완성된 유통을 꿈틀거리는 도시와 외현 사이로,

3.5.4.2. C-14는 보방면의 다양한 사용 상태를 도시한 것들도,

1970년 7월 11~12일 제주도 보통회원 선별 회의

\*\* 韓國 주요 禮儀에 대한 説明 \*\*

100 : 지지 부재 110 : 핸드  
101 : 헬프 헬프

120 : 비 신축 뷔드 122 : 비 신축 뷔드

134 : 개방 문집 200 : 비판 친구

210 : **법률**

216, 310 : 빠른 파스너

220 : 갈미 조절구

300 : 보호대

불멸의 삼사학 설명

250

또령이 속하는 기술분야 및 그 도약의 품목기술

발명은 운동용 벨트에 관한 것으로서 보다 상세하게는 암벽에 의한 신체교정과 단련의 효과를 얻으면서 그림과 같은 다양한 이용이 가능한 운동용 벨트에 관한 것이다.

사 그드래인에 따른 운동 기구는 고무 벨트를 이용하여 신체의 특정 부위를 압박하는 것과, 또는 탄성체의 탄발력을 이용하여 운동 효과를 얻을 수 있도록 나뉘어진다.

업박 문동 기구에 관한 종래 기술을 살펴본다.  
실용신마 광고 제 76-687호는 벤드용 스프링식 단전호흡 슬립기로서 벤드 고리와 통종미 형성된 외통채와  
내통체가 되어되고 스프링을 단속하여서 내통체에 증과 스프링 그자리에 장설하고 이의 축부에 장공을  
이 천공된 타치를 유형구로 유적시키고 외통체에는 타치류에 유입되는 나선축을 장착시켜 스프링의 반  
력을 이용하여 원통체에 원통체가 소속되게 하 벤드용 스프링식 단전호흡 슬립기이다.

특작용에 의하여 외형세와 내장세가 혼용되거나 혼용되는 증상을 상기 증례 기술은 밴드에 결합한 내외 통체가 복근에 의하여 움직이면서 스프링 탄발력을으로 내장된 증을 단증케하여 증소리를 참고하고서 복부의 움직임에 어떤 활동적인 증소음을 발생하게 하는 것으로 단증인 선원 기술에 따르면 단지 복부의 움직임에 미로아진 것이기는 하나 단전 호흡 방법을 사용을 유도하고 호흡과정으로 할수 있도록 미로아진 것이기는 일반민족에서는 효과적인 호흡 속도이 어렵기는 마찬가지이다.

한편, 국내 특허 등록 제 215230호 농근 운동기기에 의하면 마그네트와 적외선발생장치 및 전동 모터를 달고, 그 아래에 체결 밴드로 연결하여 성기 전동 모터를 제어하는 것에 의하면 농근을 운동시킬 수 있는 수장한 디수의 케이스를 이용하였다.

이러한 증례 기술은 복부에 전통을 반복적으로 가하도록 전통 모터를 구성한 것으로 맛사지 또는 바이브레이터로서 밖에는 특이한 작용을 기대하기 어렵으며 더욱기 단전 호흡을 속달하여 신체의 건강을 증진하는 것과는 거리가 멀다.

성과와 같이 전동을 발행하는 모단을 내장하여 이루며전 션월으로서 특히 공개 99-2619호가 제만된 바 있으니, 마 역시 상기한 바와 같은 전동 발생에 부기하여 특정한 프로그램 단계에 의하여 성기 전동이 제어되도록 그림에 적 것으로 상술한 바와 유사하다.

또한 살기와 같이 모터를 사용하지 아니하는 것으로 단전을 단련하는 실용 등록 제 134466호의 단전 압박기가 있다.

미는 벨트 타이의 배출 부위에 단전 브레이크를 설치하여 이구마진 것으로 단전을 차단하고  
과를 가져올 뿐 단전 호흡을 속들일 수는 없는 것이다.

후술한 단성체의 텐瀑력을 이용하여 신장시켜 가면서 운동 효과를 얻도록 이루어진 또 다른 종류 기술을 살펴보자.

국내 실용신안 공고 제 90-9769호, 82-536호, 78-817호, 74-1410호 들은 탄성체를 이용하여 신체의 일부에 걸거나 다른 고정 구조물에 걸어 탄성체의 앵클을 덜겨 운동 효과를 얻을 수 있도록 미루어진 것으로 탄성체들을 모두 기울 험터를 끝내놓은 구조로 이루어져 있다.

마들은 탄성체의 탄발력을 극복하면서 신장시켜 운동 효과를 얻도록 제안된 것이다.  
그러나 이는 단순히 팔 다리에 탄성체로서 물리적인 부하를 걸어 마를 신장시키는 반복 운동에 의하여 운동 효과가 확득되도록 이루어진 것으로서 그 운동이 단조로워 심리적으로 미용되고 있지 못하다.

또한 실용선안 등록 제 106452호의 지압용 운동 기구 역시 긴 줄 형태의 고무 벨트의 양단에 지압 볼가를 부착한 후 그 끝부분을 허리에 대어 허리를 압박하는 형태로, 고무 벨트의 탄성을 이용해 허리를 압박하는 원리를 바탕으로 한 지압기이다.

미는 긴 줄 혈대의 탄성 벨트 양단에 지압을 결히도록 발바닥 지압대와 손잡이 지압대가 각각 형성된 점을 제외하면 전술한 종래 기술의 범주에서 크게 벗어나지 못하는 단조로운 운동 기구에 불과하다.

상술한 종래 기술들의 단점을 보완하고, 특히 단전 부위에 운동이 가능하도록 하기 위하여 본 출원자는 혈대 성체를 제거하고 혈대의 실질적인 벨트로 형성하고 탄성 벨트의 양단을 잡아 달기면 북부(단전)을 압박하고 동시에 팔(또는 다리)의 스트레칭을 이룰 수 있도록 실용신안 등록 제 199875호의 단전 화흡 연습기를 제작한 바 있다.

이는 전술한 종래 기술들의 문제점을 개선하여 압박과 스트레칭을 동시에 미룰 수 있다는 장점이 있는가 하지마, 그렇지만 압박 미와에 다른 신체 부위에 압박을 가하기에는 불가하다는 제한점이 있다.

#### **운영이 이루고자 하는 기술적 특성**

본 발명은 성능을 높인 바와 같은 종래의 기술이 갖는 제반 문제점을 개선하고자 만든 것으로서 다음과 같은 목적을 갖는다.

보호를 위한 벨트로서 이용되면서 다양한 압박과 스트레칭 운동을 동시에 마칠 수 있도록 척추에 제공하는 것이다.

제품은 학습에 의하여 휴대 이동이 용이하고 장소에 제약없이 사용이 가능한 운동용 벨트를 제공하는

복 달달은 청선이나 무술을 수련하지 아니한 일반인이라도 쉽고 편리하게 단전 호흡을 숙달 할 수 있도록 복 달달은 청선이나 무술을 수련하지 아니한 일반인이라도 쉽고 편리하게 단전 호흡을 숙달 할 수 있도록 복 달달은 청선이나 무술을 수련하지 아니한 일반인이라도 쉽고 편리하게 단전 호흡을 숙달 할 수 있도록

본 발달증후군은 사용자 인력에 의하여 알박과 신장이 되도록 이루어져 구조가 간단하고 고장이나 파손의 염려가 적으며 그에 따른 사용 가능한 물동량을 제공하는 것이다.

상기 저지 부재와 보호대는 신축성과 쿠션을 갖는 설유로서 이루어지며 바람직하게는 잠수복을 제작하는 원단을 이용한다.

한국의 구성 외 뮤지컬

이제, 최첨단 도면을 청조하여 물 펌프의 기술 구성을 대하여 살펴보기로 한다.

도 도시된 바와 같이 본 법령은 대법하여 허리에 두르는 지지부재(100)와, 지지부재의 양단에 결합된

상기 지지부재(100)는 하리에 두르는 광폭의 뱀드(110)와 삼기 뱀드(110)의 외표면 양단을 가로지르며 그 양쪽 단부는 고리 모양의 결속부(122)를 형성하되 복 버 신축 뱀드(120)를 통합하여 이루어져 상기 통합하는 결속부(122) 고리에 정방형 링 형식의 제 1, 2 결속구(130, 132)와, 일단이 개방된 개방클립(134)의 일단이 보통은 상기 버 신축 뱀드의 양단에 형성하여 이루어져진다.

상기 벨트 풀립(210)은 대량 결합되는 자동의 한쌍으로 이루어 각각 양쪽의 탄성 빙대(200)에 끼워 결합된다. 풀립(210)은 풀립(210)의 양쪽 면에는 풀립(210)을 고정하는 풀립(210)을 절합하여 이루어진다.

상기 보호대(300)는 벨트 블립(200)의 압박을 완화하도록  
설유재로 이루어 상기 벨크로파스너(214)에 대

상술한 비와 같은 본 발명의 제작물을 미하 중 더 상세하게 살펴보면 본 발명의 이해가 한층 용이할 것

먼저 본 발명을 설명하기 위하여 하나의 탄성 밴드(200)에 끼워진 각 결속구와 벨트클립 및 조절구로서 본 발명을 설명하기 위하여 하나의 탄성 밴드(200)에 끼워진 각 결속구와 벨트클립 및 조절구로서

제 1 결속구(130)와 벨트 클립(210) 사이의 구간을 제 1 탄성부(251), 벨트 클립(210)과 제 2 결속구(132) 사이의 구간을 제 2 탄성부(252), 제 2 결속구(132)와 월이 조절구(220) 사이의 구간을 제 3 탄성부(253)로 구분한다.

부 부여를 미용하여 다른 대지는 여러 가지 사물에 관련된 실시예를 살펴본다.

그 다음으로, 원화 물류과 스토리지 물류가 가능한한 전국적 유통망의 것이다.

도 3 내자 도 6에 본 발명의 가장 기본적인 사용 형태인 압박 벨트로의 사용이 순차적으로 도시되어

밀박 벨트로 복부에 착용하기 위해서는 도 301 도시한 바와 같이 벨트를 뒤집어 풀쳐놓은 상태에서 각 탄 셜 배드(200)의 길이 조절구(220)로 파지부(202) 고리가 반대쪽의 개방 클립(134)에 위치하도록

그리고 2014년 4월 20일(2009년 7월 25일)로부터 2015년 4월 20일(2010년 7월 25일)까지는 100%의 저작권이 저작자의 저작권으로 인정된다.

(134) 사이로 통과시켜 대형족의 개방 풀립(134)에 피지부(202) 고리를 결합한다. 아래 제 1,2 탄성부(251,252)의 전류 길이는 사용자의 허리 차수에 따라서 적절하게 조절하여둔다.

경우에 와르디언은 도 5월 도시한 바와 같은 개방된 상태의 벨트가 된다.

상기 벨트의 대형화된 벨트 블립 부재(212, 214)를 결착시키면 학용이 가능한 벨트가 완성되며 이러한 벨트는 주로 사용자의 허리 부분에 복대와 같이 학용이 가능하고 사용자의 복부 암입의 이물감을 배제시키기 위해 보호대(300)를 벨크로파스너(310, 214)로 대량 접합하여 복부에 위치케 하면서 학용할 수 있다(도 6, 7 참조).

상기 혁용된 운동용 벨트는 그 제1, 2 단성부(251, 252)를 사용자의 단전부위에 위치케 압박 혁용하고 호흡을 크게 반복하면서 사용하게되면 단전 호흡을 숙달하지 못한 일반적인 사용자의 경우에도 용이하게 단전 호흡을 숙달할 수 있게되어 건강을 증진시키게 된다.

마지막으로 본 장에서는 한글을 빠트리고 국제적인 사용을 알아보기로 한다.

그 사용법은 도시된 방식 이외에도 매우 많은 적용성이 가능하고 이러한 적용은 주로 선체의 등원구를 확장하는 데에 중점을 두고 있다. 특히 스텝형이나 풀액티브 경정을 위한 밑박 등을 위해 변형적인 이용이 가능한 것으로 미는 본 멀리기 운용으로 스텝트가 매우 유연한 제작과 기능화를 가능케 할 수 있을 것에 기인한다.

도 7은 본 운동용 벨트를 하복부 단전에 적합한 상태를 나타낸 것으로 전술한 바와 같이 자신의 허리에 맞게 조정된다.

허리에 벨트로 학용 할 때에는 전류하는 제 1, 2 탄성부(251, 252) 사이의 벨트 블립(210)을 상호 결합 시  
각 학용부에 디는데 미세 산기 탄성부가 허리를 압박하면서 조이는 상태로 조절하는 것이 바람직하다.

여기에서 보듯이 농부는 농기구를 대체로 갑과 같은 도구를 복대로 갑아 사용하는 것과 같이 허리의 통증을 완화하고 단조로운 일정을 가는 데에 힘을 얹는다.

도 8은 도 7에 서와 같이 허리에 운동용 벨트를 착용한 상태에서 자지부재(100) 일정단의 개방 릴립(134)에 걸어 고정하여 둔파지부(202)를 풀어 양 손으로 파지부(202)를 교차시켜 파지한 후 양 팔을 벌려 스트레칭과 동시에 벨트가 조여짐에 따른 복부 압박의 운동이 가능한 것을 나타낸다.

허리에 작용한 상태에서 패지부(202)를 허리를 둘러 양 손으로 패지하고 편협하듯 허리를 부인 것과 같은 척추정렬을 보호하는 허리보호대(200)가 제작된다.

도 10은 운동용 벨트를 허리에 착용한 상태에서 파지부(202)를 아래로 늘어뜨려 양 발에 걸고 앉았다.  
어서가를 바꿀때로서 학생의 그림을 키우는 작용을 하게된다.

도 11은 저자 부재(100)를 신체의 복 부위에 걸쳐 놓은 상태에서 파지부(202)를 양 손에 걸어 몸을 신장시키기로 편심 스트레칭의 효과를 얻을 수 있다.

도 12는 지지 부재(100)를 신체의 뒷 부위에 걸쳐 놓은 상태에서 제 3 탄성부(253)를 길게 조절하여 각 탄성 벤드(200)를 뒤에서 거드름이 사이를 거쳐 허리를 휘감아 빔대를 속의 위치로 대형화되도록 하고 휘감아 고정된 피지부(202)를 잡고 잘 운동을 하는 작용을 하게되는데 이때 탄성벤드(200)는 허리 옆 부분을 상체를 밀어하는 것과 동시에 커다란 탄성을 형성하게 되므로 푸쉬-업과 같은 운동을 병행하게되면 효과가 배가 될 수 있다.

도 13, 14는 운동용 벨트를 통하여 압박하면서 신체의 변형된 골격을 교정하는 효과를 얻기 위한 것으로서, 도 13은 허리에 운동용 벨트를 착용하고 앉은 상태에서 양쪽 티Scarf 밴드(200)의 길이를 길게 조절하여 허리를 모아 교차하도록 고정하며 허리마파지부(202)를 양발에 걸쳐 확장한 것으로서, 도 14는 주로 이용될 수 있다.

도 14는 운동용 벨트를 허리에 착용한 상태에서 제 3 탄성부(253)와 파지부(202)를 벨트로부터 벗겨내어 벨트를 허리에 착용한 것으로 파지부(202) 고리부분은 개발 튜립(134)에 끼워진 상태를 그대로 이기위로 절여 둘려놓는 것인(200)을 등 뒤에서 상호 'X'자로 교차하도록 착용하게 되면 허리의 압박을 완화하는 편안한 착용감을 얻을 수 있게된다.

물론 미외에도 매우 다양한 용도로 동작이 가능하며 이러한 동작의 설정에 있어서 탄성 밴드의 탄성을 이용하여 신체 운동의 부하로 이용하거나, 신체 압박의 힘으로 작용케 하는 상태로서 사용하게 되면 필요한 부위의 운동과 근육의 활성화에 매우 뛰어난 효과를 얻을 수 있다.

상기와 같이 알박과 스토레청의 유통을 병행 할 수 있도록 하기 위하여 자지부재(100)에는 신축성이 없는  
밴드(120)를 신축성을 갖는 밴드(110)에 병용하여 밴드를 적용하는 어려움을 편하게 하면서도 미완을 방지  
하고자 하였다. 스토레청의 탄성밴드(200)에 의하여 유통이 가능하게 하였다.

상기 밴드(110)는 헉통감을 위해 양간의 신축성을 갖는 섬유재질을 선택할 수 있으며 바람직하게는 잠수  
제조업체에서 제작한 제품을 이용한다.

新羅書

마상에서 살피하게 살펴본 바와 같은 척추 보호를 위한 벨트로서 이용되면서 다양한 압박과 스트레스를 완화하는 데 도움이 되는 것으로 알려져 있다.

트레칭 운동을 동시에 미룰 수 있는 효과가 있으며 사용자의 자력에 의하여 신축되는 탄성체를 이용하여 사용자에게 단점을 극복할 수 있는 효과가 있으며, 단점을 반복하여 압박하는 일반적 훈련과 비슷한 효과를 얻을 수 있는 효과가 있고, 단점 훈련과 스트레칭으로 무력감을 해소하고 기울기 등에 의하여 힘과 부상 위험을 줄이는 효과가 있다.

### (5) 허구의 정위

한국학 1

허리에 학용하는 탄성체로 이루어지는 운동용 벨트에 있어서,

卷之二

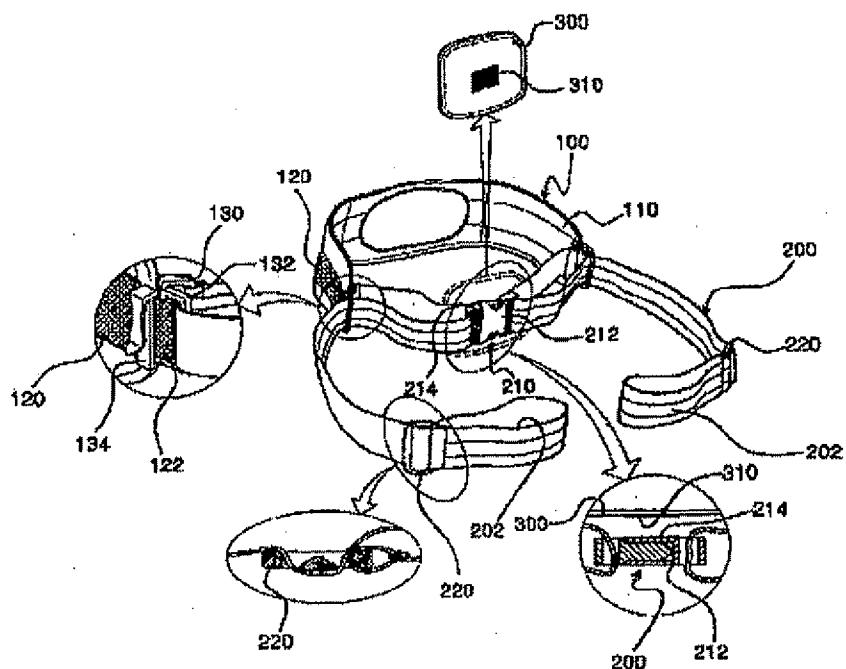
청구항 1에 있어서, 상기 벨트 풀립(200)의 압박을 원회하도록 섬유자로 접병형 판체로 이루어지며 앞  
면에 베르로파스너(310)를 통합하여 이루어지는 보호대(300)를 더 포함하여 이루어지는 것을 특징으로 하  
며, 이는 벨트 풀립(200)을 통합하는 형태로 이루어지는 특징이다.

卷子替 3

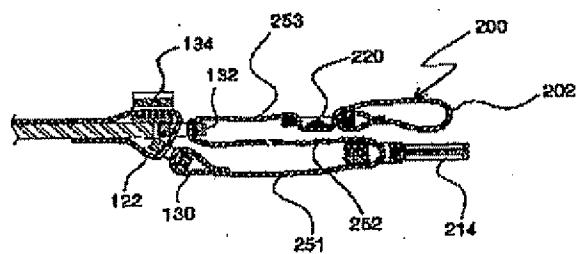
청구항 10에 있어서, 상기 벨트 클립(210)은 대량 결합되는 저음의 한상으로 이루어져 각각 접촉의 단점 벨트(200)에 끼워 결합하고, 벨트 클립부재(212)의 밑면 외표면에는 벨크로파스너(214)를 접합하여 이루어지는 것을 특징으로 하는 운동용 벨트.

五

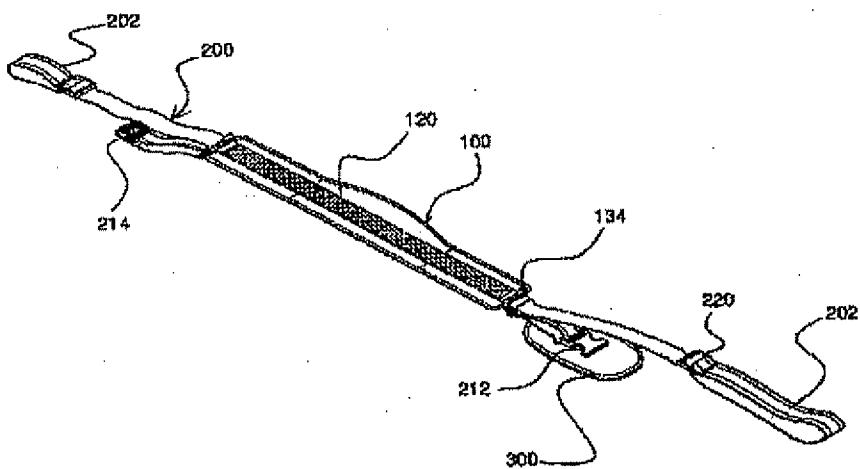
50/1



50/2



5.03



5.04

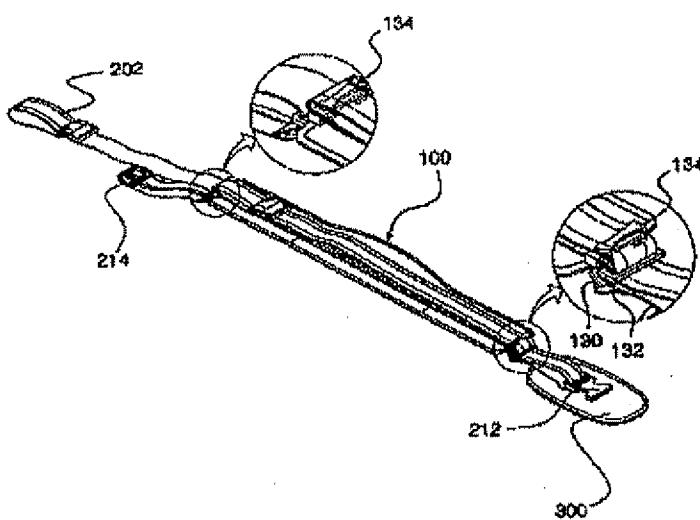


FIG 5

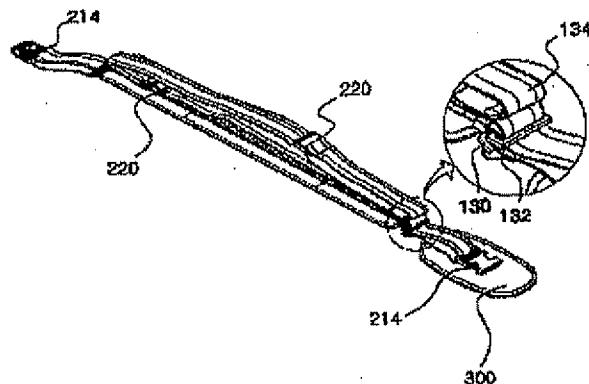
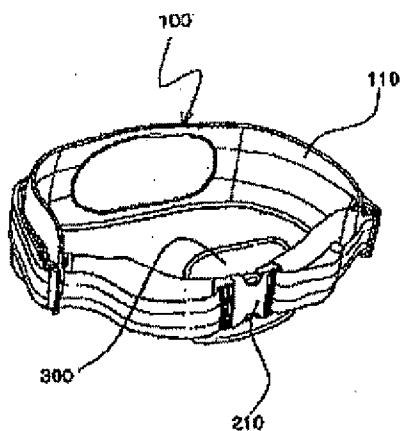
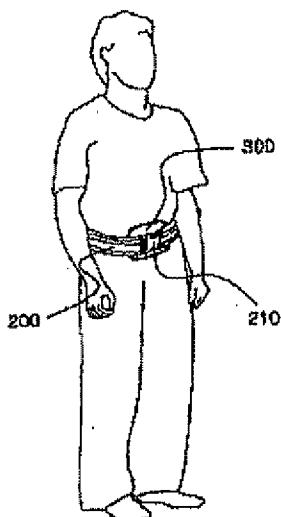


FIG 6



507



508

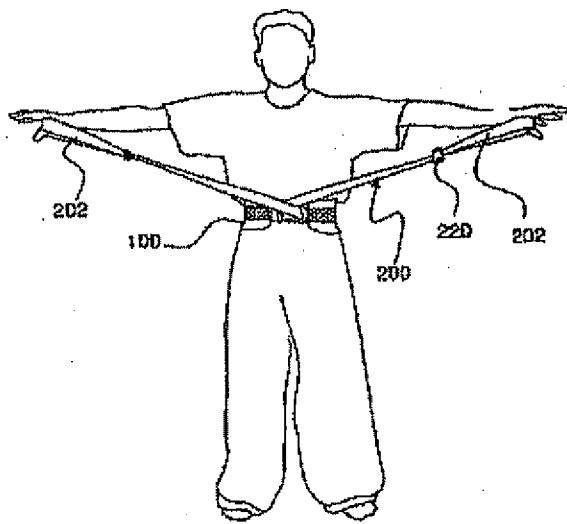


FIG 9

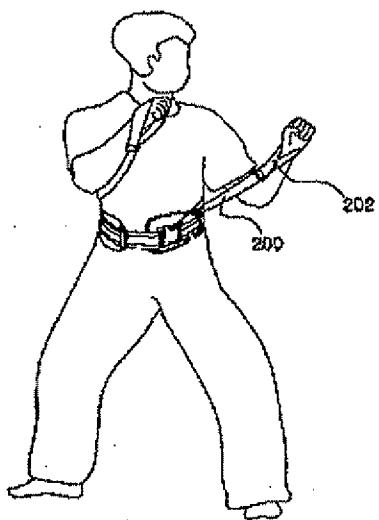
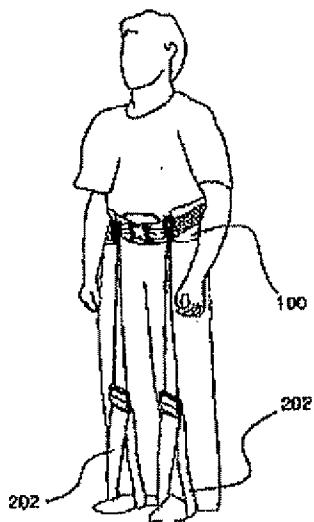
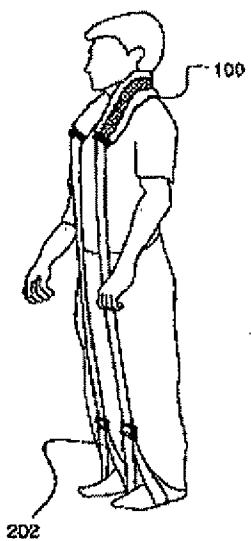


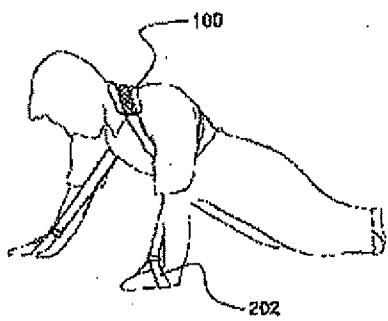
FIG 10



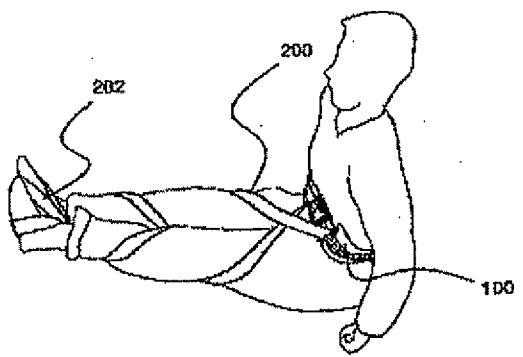
도면11



도면12



도면13



도면14

